

お知らせ 『きらり伊賀』 発信!

～3月2日スタート～

市の観光活性化などを目的に、国のふるさと雇用再生特別基金事業により、市で行われるさまざまなイベント情報や観光情報を発信するFMラジオの番組『きらり伊賀』を開始します。



番組では、杉浦明将さん(写真中央右)と山川真礼さん(写真中央左)がパーソナリティーを務め、大野めぐみさん(写真右)がディレクターとして製作に携わります。3人が伊賀市を取材し、忍者や松尾芭蕉をはじめとした伊賀の魅力や地域の情報を発信していきます。

【とき】 毎週水曜日
午後4時～4時30分
【放送会社】
三重エフエム放送(株)
【放送周波数】 78.9MHz
【問い合わせ】
秘書広報課
☎ 22-9636 FAX 22-9617

**お知らせ 第10回 メディカル
フォーラム in 伊賀**

【とき】 3月28日(月)
午後1時30分～

【ところ】 ヒルホテル サンピア伊賀

【内容】

■**基調講演**

「糖尿病の予防から治療まで～国民的な疾病をいかに克服するか～」
《講師》 三重大学保健管理センター所長・教授 住田 安弘さん

■**報告①**

「基本姿勢は「心斜め15度」です～社会連携・知財活用・研究開発の支援活動～」
《講師》 三重大学社会連携研究センター社会連携研究室 特任教授 松井 純さん

■**報告②**

「メディカルバレーの今後の方向性」
《講師》 三重県健康福祉部薬務食品室メディカルバレー推進グループ副参事兼副室長 高村 康さん

■**報告③**

「伊賀産菜種油の利活用について」
《講師》 伊賀市産業建設部農林振興課 主幹 小林 康志

■**交流会**

※交流会は参加費 3,000 円が必要です。

【問い合わせ】 商工労働観光課
☎ 43-2306 FAX 43-2311

**お知らせ 第53回 新規学卒就職者
激励会&セミナー**

【とき】 4月8日(金)
午前8時30分～午後5時

【ところ】 上野フレックスホテル

【内容】

■**第1部** 式典

■**第2部** 教育セミナー

企業人としての心構えと責任感を身につけ、仕事を円滑に進めるための基礎訓練として、接客マナーの基本・電話対応の基礎知識・食事マナーについて講演します。

《講師》 (株)ハーモネット
近藤 敏子さん

【参加費】

- 上野商工会議所・伊賀市商工会・ユーザ協会の会員：3,000円
- 非会員：6,000円
- ※昼食代・テキスト代を含みます。

【申込期限】 3月15日(火)

【申込先・問い合わせ】

上野商工会議所 ☎ 21-0527

市内の事業者を探すなら!

インターネット検索サイトで

いがパートナーねっと

検索

～求人・雇用情報も掲載中～

■**問い合わせ** 商工労働観光課
☎ 43-2306

聴診器
市民病院だより



お口の中をきれいにすることは

看護師 東 裕美



『誤嚥性肺炎』という病名をご存じですか。「誤嚥」とは、本来は食道を通して胃の中に入らなければならないものが、誤って気管内に入ることです。食べかすなどの誤嚥はもちろん、のどや口の中にある細菌が気道に入り込むことでも誤嚥が引き起こされます。高齢者がこの誤嚥を生じると、むせたり、咳が出たり、発熱が続いたりして誤嚥性肺炎に至ります。その結果、残念ながら命を落とす人も多いのが現状です。

近年、誤嚥性肺炎の最良の予防策として「**口腔ケア**」(口の手入れ)の効果が注目され、看護や介護の分野では大切なケアの一つとされています。

口腔は、呼吸器・消化器官への入り口です。口腔環境を整え、清潔に保つことは呼吸器感染症を予防し、消化液である唾液の分泌を促し、食物の飲み込みや、消化を助けることにつながります。

食べかすをそのままにしておくと虫歯になり

やすくなりますが、口腔ケアで問題となるのは食べかすではなく、細菌のかたまりである歯垢です。食べていなくても口腔ケアが必要なのは、口の中には常に細菌がたくさんいるからです。歯垢は、歯の表面に付着した細菌のかたまりで、歯垢1gの中になんと1,000億もの細菌が含まれているといわれています。

口腔ケアの方法は、一般的に歯磨きやうがいですが、飲み込む機能が落ちてきている人には絞ったガーゼやスポンジで口の中を拭くことから始めます。一度できれいにしてしまうと数回に分けて、休憩を取りながら行いましょう。睡眠中は唾液分泌が低下して口腔乾燥を招きやすく、細菌の増殖が起こりやすくなりますので、就寝前の口腔ケアが効果的です。

口の中をきれいにして、唾液分泌を促し、会話が弾み、食事をおいしくいただくことができれば、生活の質も向上すると思います。



第10回 伊賀市長杯女子サッカー大会

忍びの里レディーストーナメント

市では“日本女子サッカー界のレベルアップに微力ながらお役に立ちたい”と、伊賀流忍術発祥の地にちなんで「忍びの里レディーストーナメント」という名称で第10回大会を開催します。

■と き

3月19日(土)
《試合開始》午前10時
3月20日(日)
《試合開始》午前9時

■と ころ

上野運動公園競技場・野球場



■参加チーム

※8チーム(予定)
伊賀フットボールクラブくノ一
福岡J・アンクラス
スペランツァF.C.高槻
FOOTBALL CLUB AGUILAS
吉備国際大学女子サッカー部
大阪体育大学女子サッカー部
日本体育大学女子サッカー部
三重選抜

■問い合わせ

スポーツ振興課
☎ 22-9680 FAX 22-9692



伊賀親子3うそく作り

【と き】

3月20日(日) 午前10時～

【と ころ】 中央公民館 ホール

【対象者】 小学生とその保護者

【内 容】 不要となった油を利用して親子でろうそくを作ります。

【持ち物】 廃食油・アルミなべ・軍手・クレヨン・はさみ・古新聞

【定 員】 親子20人 ※先着順

【申込期間】 3月7日(月)～15日(火)
※土・日曜日を除く。

【問い合わせ】 上野公民館

☎ 22-9801 FAX 22-9692

伊賀まなびあおやま子ども講座 『和太鼓教室』発表会

【と き】

3月20日(日) 午後1時30分～

※開 場：午後1時

【と ころ】 青山ホール

【内 容】

■第1部

○まなびあおやま子ども講座「和太鼓教室」受講生による演奏

○来場者による和太鼓体験

※人数に制限があります。

■第2部

○青山太鼓保存会による和太鼓演奏

【問い合わせ】 青山公民館

☎ 52-1110 FAX 52-1211

明日に 向かって

～差別をなくしていくために～

インターネットと人権

— 収税課 —

■このコラムは毎回いろいろなテーマで人権についてお話しています。

現代社会は、情報社会ともいわれるように、情報があふれ、とりわけインターネットの普及は目覚ましいものがあります。インターネットは、パソコンや携帯電話などから新幹線のチケット予約やホテルの宿泊予約ができるなど、とても便利な社会基盤の一つとなっており、略して「ネット」と呼ばれています。ネットに接続すれば、「掲示板」というサービスなどを通じて、簡単に見知らぬ人とも会話をすることができるようになりました。

その反面、利用者の中では、自分の名前を隠した心無い書き込みが後を絶たず、社会的に大きな問題となっています。しかも、誰が書き込んだのか特定できない上、誰が見たかもわかりません。そこには、同和問題についての書き込みが最も多く、ほかにも、障がい者や在日外国人などに関する書き込みが増加する傾向にあります。ネット上の差別事象の中には、被害者を特定できないものも多く、それらは被害届が出されないために、犯罪行為として取り扱われないという不合理な現

実があります。

また最近では、有名ホテルでアルバイトをしていた学生が、来店した著名人の行動をネット上で公開したことが利用者の間で大騒ぎとなり、反対に一部の利用者が、その学生が過去にネット上で発言した内容を暴露しました。このことで、数時間後には学生の本名が判明し、その顔写真やプロフィールまでもが広まってしまうという事件が発生しました。ネット上で話が伝わる速さと、ネットを見ている人の多さに驚くとともに、一度書き込んだ情報は、誰かのパソコンに取り込まれ、残り続けていくことを改めて認識させられた事件です。

このように、匿名性のもと、罪の意識が希薄になった行為が、社会に与える影響は計り知れません。いつでも、どこでもさまざまな情報を得られる便利な社会ですが、その情報の扱い方によって、他人や自分の人権が侵される恐れがあることを、今一度考えなくてはなりません。

■ご意見などは人権政策・男女共同参画課 ☎ 22-9631 FAX 22-9649 ✉ jinken-danjo@city.iga.lg.jp へ